



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

Facultad de Educación

Escuela Profesional de Educación Primaria

Especialidad: Educación Primaria y Problemas de Aprendizaje

**Ansiedad y habilidades sociales en estudiantes de primaria de la I.E. N° 20334 del
Distrito de Huaura. Año 2025**

Tesis

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Educación Nivel Primaria

Especialidad: Educación Primaria y Problemas de Aprendizaje

Autora

Rosalía Tello Loyola

Asesor

Dr. Sergio Rafael Mazuelos Cardoza


UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSE F. SANCHEZ CARRION
Sergio R. Mazuelos Cardoza
CPPe 085944

Huacho – Perú

2026



Reconocimiento - No Comercial – Sin Derivadas - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Reconocimiento: Debe otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o su uso. **No Comercial:** No puede utilizar el material con fines comerciales.

Sin Derivadas: Si remezcla, transforma o construye sobre el material, no puede distribuir el material modificado. **Sin restricciones adicionales:** No puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que permita la licencia.



UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN

LICENCIADA

(Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDU/CD de fecha 27/01/2020)

Facultad de Educación
Escuela Profesional de Educación Primaria
Especialidad: Educación Primaria y Problemas de Aprendizaje

METADATOS

DATOS DEL AUTOR (ES):		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Tello Loyola Rosalia	76153494	23-06-2026
DATOS DEL ASESOR:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CÓDIGO ORCID
Dr. Mazuelos Cardoza Sergio Rafael	15721713	https://orcid.org/0000-0002-7914-9208
DATOS DE LOS MIEMBROS DE JURADOS – PREGRADO/POSGRADO-MAESTRÍA-DOCTORADO:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CÓDIGO ORCID
Dra. Condor Peraldo Tania Mirtha	41544567	https://orcid.org/0000-0002-0477-4068
Dra. Apolinario Rivera Felipa Hinmer Hilem	15688054	https://orcid.org/0000-0003-1250-6220
Dra. Rojas Rivera Paulina Celina	15695019	https://orcid.org/0000-0001-7564-0449

Rosalía Tello Loyola 2026-008696

ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE PRIMARIA DE LA I.E. N° 20334 DEL DISTRITO DE HUAURA. A...

UNIDAD DE INVESTIGACIÓN FE-PREGRADO 2026

UNIDAD DE INVESTIGACIÓN DE LA FE-2026

Facultad de Educación

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:old::1:3472083809

Fecha de entrega

3 feb 2026, 10:13 a.m. GMT-5

Fecha de descarga

3 feb 2026, 3:53 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

TESIS_TELLO_LOYOLA_..._UL.pdf

Tamaño del archivo

676.6 KB

65 páginas

13.470 palabras

81.577 caracteres



Página 1 de 74 - Portada

Identificador de la entrega trn:old::1:3472083809



Página 2 de 74 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trn:old::1:3472083809

20% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 19% Fuentes de Internet
- 6% Publicaciones
- 14% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitan distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

DEDICATORIA

A mi familia por su motivación para el logro
de mi carrera profesional.

Rosalía Tello Loyola

AGRADECIMIENTO

A mis maestros por su guía y motivación permanente para hacer realidad la culminación de mi carrera.

Rosalía Tello Loyola

ÍNDICE

DEDICATORIA	5
AGRADECIMIENTO	6
RESUMEN	10
ABSTRACT	11
INTRODUCCIÓN	12
CAPITULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
1.1. Descripción de la realidad problemática.....	14
1.2. Formulación del problema	17
1.2.1. Problema general	17
1.2.2. Problemas específicos	17
1.3. Objetivos de la investigación.....	18
1.3.1 Objetivo general	18
1.3.2. Objetivos específicos.....	18
CAPITULO II. MARCO TEORICO	22
2.1. Antecedentes de la investigación.....	22
2.1.1. Investigaciones internacionales	22
2.1.2. Investigaciones nacionales	26
2.2. Bases teóricas.....	28
2.3. Bases Filosóficas	42
2.4. Definición de términos básicos.	43
2.5. Hipótesis.....	44
2.5.1. Hipótesis general.....	44
2.5.2. Hipótesis específica	44
2.6. Operacionalización de las variables	45
CAPITULO III. METODOLOGÍA	47
3.1. Diseño metodológico	47

3.2 Población y Muestra.....	47
3.2.1. Población.....	47
3.2.2. Muestra	48
3.3. Técnicas de recolección de datos.....	48
3.4. Técnicas para el procesamiento de la información.....	48
CAPITULO IV. RESULTADOS	50
CAPITULO V. DISCUSIÓN.....	58
CAPITULO VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	61
6.1. Conclusiones	61
6.2. Recomendaciones.....	61
CAPITULO VII. REFERENCIAS.....	63
5.1. Fuentes bibliográficas	63
ANEXO	66

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	45
Tabla 2	46
Tabla 3 <i>Categorización de la variable Ansiedad</i>	50
Tabla 4 <i>Niveles de Ansiedad</i>	50
Tabla 5 <i>Categorización de la variable Habilidades sociales</i>	51
Tabla 6 <i>Niveles de Habilidades sociales</i>	52
Tabla 7 <i>Niveles de Habilidades sociales según dimensiones</i>	53
Tabla 8 <i>Correlación entre ansiedad y las habilidades sociales</i>	54
Tabla 9 <i>Correlación entre ansiedad y la asertividad</i>	55
Tabla 10 <i>Correlación entre ansiedad y la comunicación</i>	56
Tabla 11 <i>Correlación entre ansiedad y la autoestima</i>	56

ÍNDICE DE FIGURAS

<i>Figura 1 Distribución porcentual de Ansiedad</i>	51
<i>Figura 2 Distribución porcentual de habilidades sociales</i>	52
<i>Figura 3 Distribución porcentual de Habilidades sociales</i>	53

RESUMEN

Informe: Ansiedad y habilidades sociales en estudiantes de primaria de la i.e. n° 20334 del distrito de Huaura. año 2025. Objetivo: Determinar la relación entre la ansiedad y las habilidades sociales en estudiantes de primaria. Metodología: se apoya en una metodología de enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental de tipo correlacional. Muestra de 18 estudiantes de primaria que aplicaron la encuesta con 2 instrumentos. El estudio concluyó que existe correlación lineal inversa (p -valor <0.05) entre la ansiedad y las habilidades sociales en estudiantes de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. Encontrándose un coeficiente de correlación $\rho = -0.428$ el cual indica que el grado de correlación inversa es moderada, a menor ansiedad existe mayores habilidades sociales.

Palabras clave: Ansiedad, habilidades sociales, Ansiedad cognitiva, Ansiedad fisiológica

ABSTRACT

Report: Anxiety and Social Skills in Primary School Students at School No. 20334 in the Huaura District, 2025. Objective: To determine the relationship between anxiety and social skills in primary school students. Methodology: This study employed a quantitative approach with a non-experimental, correlational design. The sample consisted of 18 primary school students who completed a survey using two instruments. The study concluded that there is an inverse linear correlation ($p\text{-value} < 0.05$) between anxiety and social skills in students at School No. 20334 in the Huaura District. A correlation coefficient of $\rho = -0.428$ was found, indicating a moderate degree of inverse correlation: lower anxiety is associated with greater social skills.

Keywords: Anxiety, social skills, cognitive anxiety, physiological anxiety

INTRODUCCIÓN

La etapa de la educación primaria representa un momento crucial en el desarrollo integral de los niños, pues en ella se consolidan aprendizajes básicos y se fortalecen las primeras experiencias de convivencia escolar. Sin embargo, en este proceso también emergen dificultades emocionales que pueden afectar la manera en que los estudiantes se relacionan con sus compañeros y con el entorno. Entre ellas, la ansiedad se presenta como una de las problemáticas más frecuentes, capaz de influir en la seguridad personal, la participación en clase y la construcción de vínculos sociales. La ansiedad se destaca entre uno de los problemas mas recurrentes en la actual sociedad, siendo capaz de afectar la seguridad personal, la participación frecuente en clases y la relación de los vínculos sociales entre sus pares.

La ansiedad en escolares del nivel primaria no debe de considerarse como una respuesta temporal o un caso aislado en situaciones de presión, sino debe de ser tratado como un estado que puede restringir la manifestación de emociones, la capacidad de poder decidir por si mismo y la comunicación fluida con otros. Cuando el escolar atraviesa altos niveles de ansiedad, se puede notar el cambio de comportamiento, uno de ellos es el aislamiento, miedo a la aceptación de sus compañeros o problemas al momento de participar en actividades escolares en grupos. Estas expresiones impactan de manera directa en el avance académico como también de las competencias sociales, esenciales para la vida escolar y posterior a ella.

Las habilidades sociales es un conjunto de destrezas que posibilitan a los escolares a comunicarse de manera fluida, colaborar entre sus compañeros, gestionar conflictos y

entablar relaciones positivas entre pares. Su crecimiento y desarrollo desde la niñez es fundamental para la salud emocional y el logro en sus estudios.

El vínculo entre estas dos variables como la ansiedad y las habilidades sociales se transforman en un ámbito de investigación significativo posibilitando comprender cómo los elementos emocionales del ser humano influyen en la capacidad de los jóvenes para relacionarse a aprender y desarrollarse en la sociedad.

El presente estudio se ha planteado conocer el nivel de cada variable, para lo cual tiene que proporcionar pruebas y reflexiones sobre la relación entre ellas en los escolares de primaria. La intención es proporcionar una propuesta documentada que facilite a educadores, familias y sociedad en general la relevancia de abordar la dimensión emocional en el entorno académico fomentando métodos para reforzar la confianza, comunicación asertiva y cohesión. El informe final de este trabajo es una contribución académica y práctica para generar entornos inclusivos y saludables al escolar enfocándose al desarrollo integral de los menores.

CAPITULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

La ansiedad en el ámbito escolar es uno de los problemas emocionales frecuentes que enfrentan los alumnos en etapa de escolar, en este caso en el nivel primaria. Este cuadro de ansiedad se expresa a través de inquietudes intensas, acompañados de pensamientos pesimistas, con el temor al fracaso escolar en obtener bajas notas o jalar los cursos de matemática y comunicación, de la misma manera presentan evasión ante las actividades que se programan en los colegios. Esta situación no solo impacta las emociones de los escolares, también afecta su manera de aprender ya que obstaculiza la concentración, reduce el rendimiento y merma la motivación creándose un ciclo de inseguridad que afecta manera directa en todo su desarrollo académico.

Los menores de edad en etapa escolar, al experimentar ansiedad se frecuente verlos mostrar dudas, ser reservados, con problema para iniciar o mantener una conversación, sintiendo temor al juicio de sus compañeros de clase. Este comportamiento restringe el desarrollo de habilidades sociales fundamentales para una convivencia sana en el entorno escolar. Sobre todo, en la fase inicial donde se afianzan modalidades de interacción y colaboración, encontrándose esta conexión muy sensible. La falta de habilidades sociales no solo intensifica la ansiedad, sino que también repercute en el ambiente del aula, obstaculiza la adaptación del estudiante al entorno escolar, dificultando el proceso de aprendizaje de los escolares.

Según datos recientes de la Organización Mundial de la Salud (OMS), aproximadamente el 4% de la población mundial vive actualmente con algún tipo de

trastorno de ansiedad. Esta cifra, correspondiente al año 2023, incluye a más de 15 millones de niños, niñas y adolescentes, lo que evidencia que este problema no solo afecta a personas adultas, sino también a quienes están en pleno proceso de desarrollo. En América Latina, la situación también es preocupante. Un informe publicado por Unicef en 2021 reveló que la ansiedad y la depresión constituyen casi la mitad de los casos de salud mental en niños y adolescentes de la región, alcanzando un 47.7%. Les siguen los trastornos por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) con un 26.8%, los trastornos del comportamiento con un 18.2%, el trastorno bipolar con un 5.3%, y otros diagnósticos que, en conjunto, representan el 9.7% restante. (Infobae, 2024)

Estas cifras nos invitan a reflexionar sobre la importancia de atender la salud emocional desde edades tempranas, reconociendo que detrás de cada número hay historias, contextos y necesidades que merecen ser escuchadas y acompañadas. La ansiedad no solo impacta cómo se siente un niño en el momento, sino que también influye directamente en cómo aprende. Cuando un estudiante atraviesa niveles elevados de ansiedad, su mente se llena de preocupaciones que le dificultan concentrarse, recordar lo que estudia y mantenerse atento en clase. Esto hace que le cueste adquirir nuevos conocimientos y participar activamente en las actividades escolares, afectando tanto su rendimiento como su confianza para aprender.

En Perú se realizó un estudio realizado por el Ministerio de Salud (Minsa) junto con UNICEF Perú reveló una realidad preocupante: tras el primer año de cuarentena por la pandemia de Covid-19, cerca del 33.6% de niñas, niños y adolescentes presentaban señales de riesgo en su salud mental. En el grupo específico de estudiantes entre 6 y 11 años —etapa clave para el desarrollo emocional y social—, el 32.5% mostró al menos una dificultad relacionada con sus emociones, su conducta o su capacidad de atención, según los resultados

de la escala de tamizaje PSC-17. Estos datos no solo reflejan la magnitud del impacto que tuvo la pandemia en la infancia, sino que también nos recuerdan que una parte significativa de los escolares en educación primaria enfrenta desafíos emocionales que pueden interferir en su bienestar, en su forma de aprender y en cómo se relacionan con los demás. Es una llamada de atención para fortalecer los espacios educativos como entornos seguros, empáticos y atentos a las necesidades emocionales de cada escolar. (El Comercio, 2024)

Los hallazgos del estudio realizado por UNICEF, que indican que más del 32 % de niñas y niños entre 6 y 11 años presentan riesgos emocionales o de salud mental, cobran aún mayor importancia cuando se comparan con los resultados de la Evaluación Nacional de Logros de Aprendizaje (ENLA). Esta evaluación reveló que solo un 33,0 % de estudiantes de cuarto grado alcanzó un nivel satisfactorio en lectura, y apenas el 22,5 % logró ese mismo nivel en matemática. (MINEDU, ENLA, 2023) Estas cifras evidencian una brecha preocupante en el desarrollo de competencias clave para el aprendizaje, y sugieren que el bienestar emocional y la salud mental de los estudiantes están profundamente entrelazados con su rendimiento académico.

Los datos a nuestra disposición nos llevan a considerar más que los síntomas, la ansiedad y otros problemas emocionales que enfrentan los menores en etapa escolar no son meramente asuntos de salud mental, sino que se transforman en obstáculos fijados para aprender, progresar y desarrollar habilidades al final de cada ciclo escolar. Estas emociones también afectan de manera directa su manera de interactuar con los demás. Cuando un niño experimenta este tipo de problemas puede retirarse de la etapa escolar, experimentar problemas para socializar con sus compañeros o incluso adoptar comportamientos que lo mantienen alejado del ambiente escolar.

Esta problemática es fundamental que se aborde con tiempo ya que pueden obstaculizar su paso hacia entornos donde la enseñanza y aprendizaje requiere de más tiempo y responsabilidad como la secundaria, o como también restringir su involucramiento activo en la vida comunitaria. Por ello, se hace necesario que las escuelas no solo impartan conocimientos, sino que también se transformen en entornos que protejan, escuchen y respalden emocionalmente a cada escolar sea del nivel en que se encuentre.

En este contexto, es fundamental investigar si los escolares de primaria de la I.E. N.º 20334, situada en el distrito de Huaura, están viviendo niveles considerables de ansiedad. A la vez, es fundamental entender de qué manera esta circunstancia se relaciona con el avance de sus destrezas sociales. Conocer la conexión entre ambas variables permitirá ver cómo los síntomas de ansiedad impactan la manera en que los menores de edad se expresan, se relacionan con sus pares y establecen relaciones positivas en el aula. Este estudio permitirá conocer el rendimiento académico en primaria, evidenciando cómo el bienestar emocional influye en el aprendizaje y en la vida diaria de los estudiantes.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre la ansiedad y las habilidades sociales en estudiantes de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cuál es la relación entre la ansiedad y el asertividad en estudiantes de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025?

¿Cuál es la relación entre la ansiedad y la comunicación en estudiantes de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025?

¿Cuál es la relación entre la ansiedad y la autoestima en estudiantes de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación entre la ansiedad y las habilidades sociales en estudiantes de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025.

1.3.2. Objetivos específicos

Identificar la relación entre la ansiedad y el asertividad en estudiantes de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025.

Conocer la relación entre la ansiedad y la comunicación en estudiantes de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025.

Establecer la relación entre la ansiedad y la autoestima en estudiantes de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025.

1.4. Justificación de la investigación

Teórica

Basado en la importancia de comprender con más detalle la conexión entre la ansiedad y las habilidades sociales en los escolares de primaria, dos factores que afectan directamente el desarrollo integral de la niñez. En el ámbito de la psicología educativa, se ha evidenciado que la ansiedad impacta no solo en procesos cognitivos como la atención, la memoria y el aprendizaje, sino que también afecta la forma en que los niños se expresan, se relacionan con sus compañeros y desarrollan vínculos saludables. De la misma manera este estudio enfocado en describir las habilidades sociales considerados elementos importantes para una convivencia pacífica, la resolución de conflictos diarios y el fortalecimiento del bienestar emocional. Analizar ambos aspectos en el ámbito educativo facilitará no solo proporcionar evidencia empírica significativa, sino también potenciar los métodos pedagógicos que fomentan el crecimiento socioemocional. Los resultados y conclusiones ayudarán a guiar la puesta en práctica de tácticas preventivas y de intervención que promuevan entornos educativos más inclusivos, empáticos y conscientes de las necesidades emocionales de los escolares.

Práctica

Desde el punto de vista práctico, esta indagación es significativa ya que facilitará entender con mayor exactitud el grado de ansiedad que tienen los alumnos de primaria, además de su relación con el crecimiento de habilidades sociales. Los datos que sustenten serán muy valiosos para maestros, líderes y familias, al proporcionar una perspectiva más detallada sobre las dinámicas emocionales que afectan la convivencia en el entorno escolar. Al reconocer el estado en que se encuentran los escolares del nivel primaria en esta situación, se podrán crear e impulsar estrategias educativas más empáticas, además de programas de intervención socioemocional que contribuyan a disminuir los niveles de ansiedad y a reforzar

las relaciones entre los estudiantes, esto ayudará a que la familia escolar como la familia de la comunidad se encuentren en un ambiente sano para el desarrollo integral de sus hijos.

1.5. Delimitaciones del estudio

Delimitación Temporal

El proceso se llevó a cabo en los primeros meses del año escolar 2025, etapa donde los escolares están cursando y desarrollando todas las áreas curriculares correspondientes al nivel primaria. Siendo conveniente realizarlo en estos meses ya que existe interrelación entre compañeros y docentes.

Delimitación Espacial

Desarrollado en las instalaciones de la I.E. N.º 20334, ubicada en el distrito de Huaura, lugar donde es posible apreciar el comportamiento de los escolares directamente y como estos se relacionan con sus pares y docentes. Estas instalaciones es un punto de encuentro comunitario donde se promueven valores fortaleciendo las competencias básicas para el desarrollo integral del escolar.

Delimitación Social

La participación como muestra fue de escolares de primaria quienes representaron un aula con igualdad de edades, pero de diversos contextos culturales por ser una zona en su mayoría de migrantes con saberes previos y experiencias de aprendizaje propios de su entorno. Se observó la participación de los escolares con entusiasmo y creatividad siendo los principales actores en el desarrollo de las actividades al momento de resolver los cuestionarios.

1.6.Viabilidad del estudio

Existe plena viabilidad para su desarrollo al contar con equipo humanos de profesionales entendidos en cada aspecto del proceso investigativo. Existe los materiales y herramientas para ser utilizadas y aplicadas en estudiantes que forman parte de la muestra facilitando la implementación en cada etapa del proceso desde la recolección de datos hasta su procesamiento para concluir en las recomendaciones. Existe instrumentos previamente validados con programas estadísticos pertinentes para el enfoque del estudio. Todo el desarrollo garantiza el cuidado del medio ambiente.

CAPITULO II. MARCO TEORICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Investigaciones internacionales

Quevedo, Alulima y Tapia (2023) “La ansiedad en el proceso educativo de los estudiantes: un desafío para el rendimiento y el bienestar”. Los autores establecieron analizar la ansiedad en el contexto educativo y como impacta en el rendimiento académico, emocional y las dificultades de aprendizaje que presentan los escolares. Metodología: enfoque cualitativo, con diseño narrativo y de tipo descriptivo, basado en una revisión sistemática de literatura científica especializada en el nivel educativo. Técnica: revisión bibliográfica y el análisis documental, utilizando como instrumentos a buscadores académicos y datos científicos. Resultados: mostraron que la ansiedad afecta negativamente la atención, la concentración y la retención de información, generando bajo rendimiento, alteraciones en el bienestar emocional y dificultades de aprendizaje; además, puede provocar irritabilidad, falta de motivación, problemas de sueño y disminución de la autoestima. Conclusión: La ansiedad tiene un impacto significativo en el proceso educativo, pero a través de la aplicación de estrategias se puede promover un espacio de apoyo, enseñar como mejorar sus emociones a través de habilidades de afrontamiento, instituir metas a corto plazo, promover el autocuidado y buscar ayuda de especialistas profesionales.

Meneses, Yañez, Zeballos y Carranza (2024) “*La relación entre ansiedad y rendimiento académico en los estudiantes ecuatorianos de 15 años*”. El estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre la ansiedad y el rendimiento académico en estudiantes ecuatorianos de 15 años. Se aplicó una metodología cuantitativa basada en los datos de PISA para el Desarrollo (PISA-D) 2018, empleando un muestreo estratificado en dos etapas que permitió

seleccionar una muestra representativa de 6,108 estudiantes de 173 escuelas del país. La técnica utilizada fue el análisis econométrico mediante un modelo de Mínimos Cuadrados Ordinarios (MCO) con efectos fijos por escuela y errores clúster, y el instrumento principal fue un índice de ansiedad construido a partir de variables derivadas del Test de Ansiedad de Hamilton, que integraba dimensiones como miedos, preocupaciones, estado de ánimo y problemas de salud. Los resultados mostraron que existe una relación significativa en forma de “U invertida” entre ansiedad y rendimiento: niveles moderados de ansiedad favorecen puntajes más altos en matemáticas y lectura, pero cuando los niveles son elevados, los resultados académicos se ven afectados negativamente. Además, se encontró que los hombres presentan un umbral de tolerancia mayor a la ansiedad que las mujeres, antes de que esta impacte en sus calificaciones. La conclusión general señala que la ansiedad, aunque en niveles bajos puede potenciar el desempeño académico, constituye un factor de riesgo cuando es elevada, por lo que se hace necesario repensar los procesos pedagógicos e integrar la salud mental en el currículo escolar.

Prieto y Sánchez (Prieto & Sánchez, 2023) “*Ansiedad en niños de primaria de la institución Educativa Villas de San Ignacio de Bucaramanga*”. El presente estudio tuvo como propósito identificar los niveles de ansiedad en un grupo de 67 niños de cuarto y quinto grado de primaria, con edades comprendidas entre los 8 y 11 años, matriculados en la Institución Educativa Villas de San Ignacio, ubicada en una zona en condición de vulnerabilidad al norte de la ciudad de Bucaramanga. Para el análisis se consideraron variables sociodemográficas como el tipo de vivienda, la composición familiar y el estrato socioeconómico, entre otras, con el fin de obtener una visión más amplia de las condiciones en las que se desenvuelven los participantes. Asimismo, se aplicó la prueba CMAS-R2, que permitió evaluar tanto la ansiedad general como sus diferentes manifestaciones (ansiedad social, fisiológica,

defensividad, entre otras). Los resultados obtenidos constituyen una base importante para orientar intervenciones dirigidas a cada niño participante, con el objetivo de prevenir la progresión de la ansiedad y sus efectos sobre el estado de ánimo, contribuyendo de esta manera a evitar alteraciones de la salud mental en edades tempranas.

Cárdenas, Genovezzy, Napa y Arévalo (2021) “*Habilidades sociales y comportamiento en niños en una Unidad de Educación Básica del cantón Buena Fe, provincia de Los Ríos, Ecuador*”. El presente estudio tuvo como propósito evaluar las habilidades sociales y el comportamiento en niños, pertenecientes a la Escuela de Educación Básica “Tiwinza”. La investigación se realizó con una muestra de 16 niños y niñas, aplicando encuestas a sus padres o representantes legales, utilizando como instrumento la propuesta de Merrell (1994). Los resultados revelaron que el 87% y 75% de los participantes se situaron en un nivel medio en cuanto a cooperación social. Respecto a las habilidades sociales, el 75% tuvo un nivel medio y bajo significativo. Asimismo, el 62.5%, 56.3% y 37.5% de los niños no presentaron problemas relacionados con aislamiento social, ni conductas egoístas o egocéntricas, correspondientemente, registrándose únicamente un caso con problema significativo. Finalmente, se observó que el 56% de los menores manifiesta sus emociones con facilidad. En conjunto, los descubrimientos indican que la mayoría de los participantes no presenta dificultades conductuales relevantes.

Anchico y Menjura (2023) “*Regulación emocional y habilidades sociales en estudiantes de quinto grado de una institución educativa del municipio de caloto (Cauca)*”. Este artículo presenta la síntesis de una investigación cuyo propósito fue analizar la relación entre la regulación emocional y las habilidades sociales en estudiantes de quinto grado. Metodología: se trató de un estudio con alcance descriptivo-correlacional y diseño no experimental. se

conformó por la muestra de 49 escolares de 5to de primaria (19 mujeres y 30 varones). Para evaluar la regulación emocional se aplicó el Cuestionario Cognitive Emotion Regulation Questionnaire-Kids, mientras que para medir las habilidades sociales se usó la lista de chequeo de Goldstein. Los resultados evidenciaron una relación estadísticamente significativa entre las dimensiones desadaptativas de la regulación emocional y las habilidades para afrontar el estrés. A nivel global, se identificó un alto uso de la estrategia desadaptativa de rumiación (64,54%), así como altos niveles en estrategias adaptativas como el reenfoque (63,00%) y la reevaluación positiva (65,20%). En relación con las habilidades sociales, los estudiantes se ubicaron en los eneatisos 7 y 8, lo cual corresponde a un buen nivel de competencias sociales.

Perpiñà, Sidera y Serrat (2021) “*Rendimiento académico en educación primaria: relaciones con la Inteligencia Emocional y las Habilidades Sociales*”. El estudio tuvo como propósito analizar la relación entre la ansiedad y el rendimiento académico en escolares de primaria. Se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, de tipo básico, con nivel de naturaleza correlacional, no experimental. Los autores consideraron como muestra a estudiantes de educación primaria a quienes se aplicó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario estandarizado de ansiedad, complementado con el registro de calificaciones para evaluar el rendimiento académico. Los resultados evidenciaron la relación significativa que presentaron los niveles de ansiedad con el desarrollo del rendimiento escolar, mostrando que los estudiantes con mayores indicadores de ansiedad tendían a obtener menores logros académicos en comparación con sus pares con niveles bajos o moderados. En conclusión, se determinó que la ansiedad influye de manera negativa en el desempeño escolar, lo que resalta la importancia de implementar estrategias pedagógicas y psicoeducativas para la prevención y manejo de esta problemática en la población infantil.

2.1.2. Investigaciones nacionales

León (2019) “*Ansiedad y rendimiento académico en alumnos del nivel primario de una institución educativa de Chiclayo, 2019*”. Tuvo el propósito de determinar la relación entre la ansiedad y el rendimiento académico en escolares de educación primaria de una institución de Chiclayo durante el año 2019. El estudio fue de tipo no experimental, transversal y con un alcance correlacional. La muestra estuvo conformada por 170 alumnos de cuarto, quinto y sexto grado de primaria, con edades comprendidas entre los 9 y 12 años. A los participantes se les aplicó la Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños y, de manera complementaria, se recogieron las calificaciones oficiales proporcionadas por la institución como indicador del rendimiento académico. En los resultados generales se identificó una relación significativa, positiva pero débil ($p = 0,014$; $\rho = 0,187^*$) entre la ansiedad y el rendimiento académico. Esto sugiere que aquellos estudiantes que experimentan niveles más elevados de ansiedad tienden a mostrar también un mayor rendimiento académico, lo que podría interpretarse como una manifestación de que las preocupaciones excesivas y las conductas ansiosas estarían canalizadas hacia el esfuerzo por obtener mejores logros escolares. Respecto al nivel de ansiedad predominante, se encontró que la mayoría de los estudiantes presentó un nivel bajo (39,29%). Sin embargo, el nivel alto alcanzó una proporción considerable (35,29%), lo cual no debe ser subestimado. En cuanto al rendimiento académico, se observó que el nivel alto fue claramente predominante, con un 90,00% de los estudiantes ubicados en esta categoría.

Fernández (2019) “*Ansiedad y atención en escolares de tercero a quinto grado de primaria en instituciones educativas de san juan de Miraflores*”. El estudio tuvo como propósito determinar la relación existente entre la ansiedad y la atención en escolares de educación primaria. Se desarrolló bajo un diseño no experimental, de enfoque cuantitativo y alcance

descriptivo-correlacional. La muestra estuvo conformada de manera censal por 581 escolares de tercero, cuarto y quinto grado pertenecientes a 2 instituciones educativas. Los resultados indicaron que no hubo una correlación significativa entre los niveles de ansiedad y de atención ($p > .05$). De igual manera, tampoco se evidenció relación significativa entre los diferentes tipos de ansiedad y los niveles de atención ($p > .05$). No obstante, se identificó una relación negativa de muy baja magnitud entre la ansiedad generalizada y la atención. En cuanto a la distribución de las variables, se encontró que el nivel de ansiedad predominante fue el promedio (47,7%), mientras que el tipo de ansiedad que alcanzó el mayor porcentaje en nivel alto correspondió al miedo al daño físico (35,6%). Respecto a la atención, la categoría más frecuente fue el nivel promedio, con un 56,6%. Finalmente, se observaron diferencias estadísticamente significativas en los niveles de ansiedad en función del sexo, la edad y el grado escolar ($p < .05$). En contraste, no se encontraron diferencias significativas en la atención según estas mismas variables sociodemográficas ($p > .05$).

Salcedo y Quispe (2023) “Habilidades sociales y clima escolar en estudiantes de educación primaria de la institución educativa Barrio de Dios - Cusco – 2022”. El estudio tuvo como propósito determinar el nivel de relación entre las habilidades sociales y el clima escolar en estudiantes de sexto grado de educación primaria de la I.E. N.º 51070. Se adoptó una metodología de enfoque cuantitativo, de tipo básico, con nivel descriptivo-correlacional y un diseño no experimental de corte transversal. Población conformada por 175 escolares de nivel primario, de los cuales fueron seleccionados una muestra de 21 estudiantes de sexto grado. Para la recolección de datos se empleó la encuesta como técnica y el cuestionario como instrumento. Los resultados evidenciaron una relación alta entre las habilidades sociales y el clima escolar, con un coeficiente de correlación de Kendall y significancia de $p = 0,005$, inferior al 0,05. Conclusión: Las habilidades sociales mantienen una relación

significativa con el clima escolar, lo cual sugiere que un adecuado desarrollo de competencias como el asertividad, la inteligencia emocional, el autoconcepto y la autoestima contribuye a generar un ambiente escolar favorable, caracterizado por el respeto, la confianza, el reconocimiento, la valoración mutua y relaciones positivas entre estudiantes y docentes.

Huerta y Rodriguez (2025) “*Habilidades sociales y conductas agresivas en estudiantes de primaria de una institución educativa de Lima Norte, 2024*”. El presente estudio tuvo como objetivo establecer la relación entre las habilidades sociales y las conductas agresivas en estudiantes de educación primaria, en el año 2025. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con diseño correlacional, utilizando como instrumento de recolección de datos un cuestionario aplicado a una muestra de 100 estudiantes. Los hallazgos indicaron que, respecto a las habilidades sociales, el 34% de los participantes presentó un nivel bajo, el 45% un nivel medio y el 21% un nivel alto. En cuanto a las conductas agresivas, el 45% de los estudiantes alcanzó un nivel alto, el 42% un nivel medio y el 13% un nivel bajo. Resultados: Se evidenció la existencia de una relación negativa y estadísticamente significativa entre ambas variables, lo cual se refleja en los valores obtenidos: $Rho = -0.822$, $R^2 = 0.809$ y $p = 0.000$, confirmando que a mayor desarrollo de habilidades sociales, menor presencia de conductas agresivas en los escolares.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Ansiedad

La ansiedad se entiende como un estado interno desagradable caracterizado por sensaciones de angustia, miedo, inseguridad y malestar general, que interfiere directamente en los procesos de aprendizaje al generar dificultades de concentración y conductas de

evasión (Cecílio, Fernades, Sales, & Gakyia, 2014). En el contexto educativo, esta situación se transforma en un riesgo o problema, ya que limita la habilidad del menor para desenvolverse de manera natural y correcta en tareas cognitivas y sociales propias de su edad.

Para Jadue (2001) la ansiedad constituye un estado emocional que disminuye la eficiencia en el aprendizaje, afectando de manera significativa la atención, la concentración y la retención de información. Ante esta situación los escolares con elevados niveles de ansiedad presentan dificultades para poder organizar sus actividades diarias, también les limita su flexibilidad mental llevándolo a un bajo rendimiento educativo, lo que lleva a un ciclo negativo entre la ansiedad y el abandono escolar.

Spielberger (2010) complementa esta perspectiva al definir la ansiedad como un estado emocional subjetivo en el que predominan sentimientos de tensión, aprensión y nerviosismo, acompañados de respuestas fisiológicas propias de la activación del sistema nervioso autónomo. Esta dimensión biológica explica los síntomas físicos que suelen acompañar a la ansiedad, tales como taquicardia, sudoración o tensión muscular, que inciden en el desempeño académico y en la interacción social de los escolares.

Para Barlow (2002) considera a la ansiedad como una inclinación psicológica para sentir un malestar generalizado una sensación de pérdida de control ante situaciones futuras, lo que pone en manifiesto la relación entre la susceptibilidad biológica y los procesos mentales. Esta perspectiva ayuda a comprender la ansiedad como un fenómeno complejo que afecta al ser humano en el ámbito fisiológico y emocional como también en el desempeño académico y el propio bienestar integral del escolar.

La definición de ansiedad lo podemos concluir como una experiencia emocional compleja que surge en el ser humano cuando anticipa una posible amenaza, ya sea real o imaginaria. Este se manifiesta en diversos niveles de los pensamientos, en el cuerpo y la misma conducta por eso es necesario observar al escolar en la etapa de ciclo académico del colegio.

Dimensiones

Ansiedad cognitiva: Desde un enfoque que considera la ansiedad escolar en tres dimensiones —lo que pensamos, lo que sentimos físicamente y cómo actuamos—, la ansiedad cognitiva se refiere, en particular, a esos pensamientos que nos generan preocupación o inseguridad, así como a los procesos mentales que nos dificultan enfrentar con calma y confianza las situaciones que vivimos en el entorno escolar. (Lagos, Ossa, & Palma, 2022)

Desde el enfoque cognitivo, la ansiedad escolar se manifiesta principalmente a través de pensamientos negativos que afectan la forma en que los estudiantes enfrentan los desafíos del aula. Estos pensamientos pueden generar inseguridad, dificultar la resolución de problemas, reducir la capacidad de atención y debilitar la autoestima.

Muchos de estos pensamientos surgen de distorsiones cognitivas, es decir, formas poco saludables de interpretar la realidad. Entre ellas se encuentran el catastrofismo (imaginar lo peor), la sobregeneralización (sacar conclusiones amplias a partir de una sola experiencia) y el pensamiento polarizado (ver las cosas como completamente buenas o malas). Estas distorsiones no solo afectan cómo el estudiante se ve a sí mismo, sino también cómo percibe su entorno y su futuro, generando emociones negativas que interfieren en su bienestar.

La ansiedad cognitiva también impacta directamente en el funcionamiento del cerebro. Según la teoría del control atencional, cuando una persona está ansiosa, sus recursos

mentales se ven sobrecargados, lo que dificulta funciones clave como la capacidad de concentrarse, cambiar de estrategia o actualizar información en la memoria de trabajo. En el contexto escolar, esto se traduce en problemas para mantener la atención, resolver tareas bajo presión y aprender de manera efectiva.

Este fenómeno se ha estudiado especialmente en el campo de la ansiedad matemática, donde se ha observado que pensamientos como “no voy a entender esto” ocupan espacio en la memoria de trabajo. Al estar la mente enfocada en el miedo al fracaso, se reduce la capacidad para procesar el contenido y responder adecuadamente a actividades que requieren esfuerzo cognitivo. (El País, 2025)

Ansiedad fisiológica: Hace referencia a las respuestas somáticas que se producen ante estímulos percibidos como amenazantes, resultado de la activación del sistema nervioso autónomo y del eje hipotálamo-hipófisis-adrenal. Entre las manifestaciones más frecuentes en escolares se encuentran palpitaciones, sudoración, cefaleas, molestias gastrointestinales y tensión muscular, las cuales pueden interferir en el aprendizaje y en la interacción social (Kowalchuk, 2022)

Desde el enfoque neurobiológico, la ansiedad fisiológica se explica por la hiperactivación de la amígdala y del eje del estrés, que incrementa la secreción de cortisol, afectando la memoria de trabajo y la regulación emocional. El enfoque psicofisiológico sostiene que los síntomas físicos de la ansiedad son indicadores de un estado de hiperactivación generalizada que consume recursos cognitivos y energéticos, limitando el rendimiento académico. El enfoque cognitivo-conductual interpreta estas respuestas fisiológicas como reforzadores negativos, ya que los niños tienden a evitar situaciones que asocian con malestar corporal,

perpetuando así el ciclo ansioso (Beck, 2013). Finalmente, desde el enfoque evolutivo, la ansiedad fisiológica es vista como un mecanismo adaptativo de supervivencia, pero cuando se presenta de forma intensa y recurrente en contextos escolares se convierte en un factor desadaptativo que obstaculiza el aprendizaje y la socialización (Barlow, 2002)

En este sentido, comprender los fundamentos teóricos de la ansiedad fisiológica permite a la escuela y a la psicopedagogía diseñar estrategias preventivas y de intervención que no solo atiendan el malestar emocional, sino también sus repercusiones físicas en los estudiantes.

Preocupaciones sociales/concentración: Las preocupaciones sociales, entendidas como anticipaciones negativas sobre evaluaciones o interacciones potencialmente amenazantes, constituyen una faceta central de la ansiedad infantil. Según el modelo cognitivo de la preocupación patológica, en niños la atención sesgada hacia lo negativo y funciones ejecutivas reducidas intensifican los pensamientos preocupantes y dificultan la regulación de la concentración (Songco, Hudson, & Fox, 2020). Estudios comparativos destacan que la sintomatología de ansiedad social se correlaciona de modo significativo con niveles elevados de preocupación en escolares (Rabner, Mian, Langer, Comer, & Pincus, 2017). Desde una perspectiva evolutiva, se ha planteado que la ansiedad social emerge de sistemas primitivos de respuesta adaptativa a amenazas sociales, diseñados para preservar el estatus dentro del grupo; cuando estos sistemas se sobreactivan, el niño desarrolla temor al juicio o rechazo y la atención se centra en preocupaciones sociales (Sierra, Zubeidat, & Fernández, 2006)

Estos enfoques teóricos permiten comprender cómo las preocupaciones sociales deterioran la concentración, minan la participación en el aula y obstaculizan el desarrollo de habilidades sociales en escolares de primaria.

Ansiedad por estrés escolar

Aunque el concepto de “estrés escolar” no ha sido formalmente delimitado en la literatura médica, es evidente que niños, niñas y adolescentes enfrentan diariamente situaciones que les exigen mucho más que conocimientos académicos. Para adaptarse a estas demandas — que pueden venir tanto del entorno como de su mundo interior— necesitan activar todas sus herramientas personales, emocionales y cognitivas, en función de su etapa de desarrollo. El estrés no aparece solo: suele estar acompañado de síntomas que se entrelazan con cuadros de ansiedad, dificultades de conducta, alteraciones emocionales y problemas de adaptación, afectando el equilibrio integral del estudiante en sus dimensiones psíquica, afectiva, cognitiva y social.

- ***Causas del estrés escolar:*** El estrés en el entorno escolar suele aparecer cuando las exigencias académicas superan lo que los estudiantes pueden manejar con tranquilidad. La acumulación de tareas, la presión por cumplir con plazos ajustados, las demandas constantes de los docentes y las expectativas —tanto personales como familiares— generan una carga emocional que puede volverse difícil de sostener. A esto se suman momentos clave como el inicio del año escolar, el cambio de profesores o las evaluaciones, que suelen provocar nerviosismo y tensión. Todo este conjunto de factores crea un ambiente donde muchos niños y niñas viven en estado de alerta, afectando su bienestar físico y emocional. (García, Torres, Olivares, & Esquivel, 2024)
- ***Consecuencias del estrés escolar:*** Cuando el estrés se instala en la rutina escolar, sus efectos comienzan a notarse: aparecen síntomas como ansiedad, tristeza, dolores

de cabeza, dificultad para concentrarse y agotamiento físico y mental. Estos malestares no solo afectan cómo se sienten los estudiantes, sino también cómo aprenden y se relacionan. Si el estrés se prolonga, puede derivar en un estado de agotamiento profundo conocido como síndrome de burnout, que se manifiesta en la pérdida de energía, el distanciamiento emocional y una sensación de que nada de lo que hacen tiene valor. Esto impacta seriamente su vida escolar, social y personal, y requiere atención oportuna para evitar que se cronifique. . (García, Torres, Olivares, & Esquivel, 2024)

El estrés, cuando se vuelve constante o supera lo que una persona puede manejar, puede abrir la puerta al desarrollo de la ansiedad. En muchos casos, la ansiedad surge como una respuesta prolongada al estrés, especialmente cuando este no se resuelve o se acumula con el tiempo. Aunque ambos conceptos están relacionados, tienen matices distintos: el estrés suele estar vinculado a una situación concreta que genera presión o tensión, mientras que la ansiedad puede extenderse más allá del momento puntual, volviéndose persistente y afectando distintos aspectos de la vida cotidiana.

Cuando no se atiende adecuadamente, la ansiedad puede intensificarse y transformarse en un trastorno que impacta el bienestar emocional, las relaciones sociales y el desempeño académico o laboral. Por eso, es importante reconocer los signos tempranos y ofrecer espacios de contención y acompañamiento, especialmente en contextos escolares, donde niñas, niños y adolescentes están en pleno proceso de formación emocional y social.

2.2.2. Habilidades sociales

Las habilidades sociales constituyen un componente esencial en la interacción humana, ya que permiten establecer vínculos adecuados y responder de manera apropiada en distintos contextos. Según Caballo (1993) estas se definen como un conjunto de conductas que el individuo manifiesta en situaciones interpersonales para expresar sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos, siempre de manera respetuosa y adecuada a la situación. Dichas conductas no solo favorecen la resolución de problemas inmediatos, sino que también reducen la probabilidad de generar conflictos futuros.

En esa misma línea, Goldstein (1981) señala que las habilidades sociales representan un conjunto de destrezas fundamentales que utiliza la persona para relacionarse con los demás de forma adecuada, al mismo tiempo que contribuyen a la solución de dificultades internas de índole personal y socioemocional. Estas actividades, por su carácter transversal, resultan imprescindibles para desenvolverse satisfactoriamente en diversos ámbitos de la vida cotidiana.

Por su parte, Gresham (2000) precisa que las habilidades sociales deben entenderse como conductas específicas que una persona ejecuta competentemente en una tarea social determinada. No obstante, aclara que la competencia social no se limita únicamente a la ejecución de dichas conductas, sino que también depende de la valoración que los demás hacen sobre la adecuación y pertinencia de esas respuestas en el contexto en que se producen.

Finalmente, Hops (1983) aporta una visión complementaria al señalar que las habilidades sociales son comportamientos observables, situacionales y funcionales que permiten interacciones eficaces y apropiadas en distintos entornos. De esta manera, no solo

cumplen un rol instrumental para alcanzar metas interpersonales, sino que además fortalecen la competencia social al generar un clima de interacción positiva y adaptativa.

Las habilidades sociales son aquellas conductas, capacidades y actitudes que aprendemos con el tiempo y que nos ayudan a relacionarnos de manera respetuosa y efectiva con quienes nos rodean. Gracias a ellas, podemos expresar lo que pensamos y sentimos de forma adecuada, resolver desacuerdos sin dañar al otro y construir vínculos positivos con las demás personas. No nacemos sabiendo cómo hacerlo: estas habilidades se desarrollan poco a poco, a través de la convivencia, el diálogo y la experiencia. Son fundamentales para sentirnos bien con nosotros mismos, avanzar en nuestros estudios y participar activamente en la vida comunitaria.

Dimensiones

Asertividad: se define como la capacidad de expresar pensamientos, emociones y necesidades de manera clara, directa y respetuosa, respetando los derechos propios y los de los demás (Alberti & Emmon, 2017). En el marco de las habilidades sociales, constituye una dimensión fundamental para establecer relaciones interpersonales equilibradas, prevenir conductas de sometimiento o agresión y fomentar la convivencia escolar positiva.

Desde un enfoque conductual, la asertividad se entiende como un conjunto de conductas aprendidas que pueden ser entrenadas y reforzadas mediante técnicas de modelado, retroalimentación y práctica social (Caballo, 2019). Por su parte, el enfoque cognitivo-conductual la interpreta como el resultado de creencias y pensamientos que median la forma en que el niño se comunica, de modo que distorsiones cognitivas pueden limitar su capacidad para expresarse adecuadamente (Beck, 2013). Asimismo, el enfoque

socioemocional resalta que la asertividad está estrechamente vinculada al desarrollo de la autoestima, la autorregulación emocional y la empatía, competencias que se consolidan durante la educación primaria (Bisquerra, 2016)

En la escuela, enseñar y fortalecer la asertividad contribuye no solo a mejorar la comunicación y la resolución de conflictos, sino también a promover un clima de aula inclusivo y respetuoso. De este modo, la asertividad se convierte en un eje clave para el desarrollo integral de los escolares y para la consolidación de sus habilidades sociales.

Comunicación: es una de las dimensiones centrales de las habilidades sociales, ya que posibilita expresar emociones, transmitir ideas y establecer vínculos interpersonales significativos. En el ámbito escolar, constituye un factor decisivo para la convivencia y el aprendizaje colaborativo, dado que facilita la cooperación, la resolución de conflictos y la integración de los estudiantes en la vida escolar (Flores, 2016)

Desde el enfoque conductual, la comunicación es vista como un conjunto de conductas observables y aprendidas que pueden reforzarse a través de la práctica y el modelado en contextos sociales (Caballo, 2019). El enfoque cognitivo-conductual la concibe como un proceso mediado por pensamientos y creencias, donde distorsiones cognitivas pueden limitar la capacidad del niño para comunicarse con eficacia (Beck, 2013). A su vez, el enfoque sociocultural, inspirado en Vygotsky, enfatiza que la comunicación es el medio a través del cual se construyen significados compartidos y se desarrolla el aprendizaje en interacción con los demás (Vygotsky, 1978)

Finalmente, el enfoque socioemocional resalta que la comunicación efectiva está estrechamente ligada a la empatía, la autorregulación emocional y la asertividad,

competencias indispensables para la adaptación escolar y la formación integral (Bisquerra, 2016). Fortalecer la comunicación en escolares de primaria implica, por tanto, no solo enseñar a hablar y escuchar, sino también fomentar la comprensión mutua, la expresión respetuosa de emociones y la construcción de un clima de confianza que favorezca tanto el desarrollo académico como socioafectivo.

Autoestima: es la valoración positiva o negativa que un individuo hace de sí mismo y constituye un factor esencial en el desarrollo de las habilidades sociales. En la etapa escolar, una autoestima adecuada favorece la seguridad personal, la iniciativa y la capacidad para establecer relaciones interpersonales positivas, mientras que una autoestima baja suele asociarse con retraimiento, ansiedad social y dificultades en la convivencia.

Desde el enfoque humanista, autores como Rogers (1961) sostienen que la autoestima es resultado de la congruencia entre el autoconcepto y las experiencias de aceptación incondicional, lo cual fortalece la autenticidad en las interacciones. El enfoque cognitivo señala que la autoestima depende de las creencias y pensamientos que el niño desarrolla sobre su valía personal, influyendo directamente en su disposición a interactuar con otros (Beck, 2013). Por su parte, el enfoque socio-cognitivo, representado por Bandura (1997) enfatiza la relación entre autoestima y autoeficacia: los logros en tareas académicas y sociales refuerzan la percepción de competencia y, a su vez, consolidan la autoestima. Finalmente, el enfoque socioemocional plantea que la autoestima está íntimamente vinculada a la regulación emocional y la empatía, componentes claves en la adquisición de habilidades sociales (Bisquerra, 2016).

En este sentido, trabajar la autoestima en la educación primaria no solo favorece el bienestar personal, sino que también potencia la comunicación, la cooperación y la resolución de conflictos, contribuyendo al desarrollo integral del estudiante.

Teoría de Bandura en las habilidades sociales

La Teoría del Aprendizaje Social, propuesta por Albert Bandura, nos ayuda a entender cómo las personas, especialmente los niños, aprenden a comportarse observando a otros. No hace falta que vivan cada experiencia por sí mismos basta con ver cómo actúan quienes los rodean. Este tipo de aprendizaje, llamado aprendizaje observacional, se hizo famoso gracias a los experimentos con el Muñeco Bobo, donde se vio que los niños imitaban conductas agresivas simplemente por haberlas visto en adultos. Así quedó claro que no siempre se necesita un premio o castigo directo para que una conducta se aprenda.

Para que este proceso ocurra, Bandura señala cuatro pasos clave: primero, prestar atención al modelo; luego, guardar esa conducta en la memoria; después, reproducirla cuando surge la ocasión; y finalmente, tener una razón para imitarla, ya sea porque se espera una recompensa, se observan consecuencias positivas o se siente satisfacción personal. Este enfoque explica por qué los niños pueden incorporar habilidades sociales al observar a sus docentes o compañeros, incluso sin recibir instrucciones explícitas. (De la Torre, 2024)

Bandura también introduce una idea muy poderosa el determinismo recíproco. Esto significa que nuestras acciones, nuestros pensamientos y emociones, y el entorno en el que vivimos se influyen mutuamente. En otras palabras, los niños no solo aprenden de lo que ven, sino que también transforman su entorno con sus propias conductas. Por ejemplo, al

mejorar sus relaciones con otros, fortalecen sus habilidades sociales y crean espacios más positivos para seguir aprendiendo.

Otro concepto central en esta teoría es la autoeficacia la confianza que cada persona tiene en su capacidad para actuar con éxito. Cuando un niño cree que puede aplicar una habilidad social que ha observado, es mucho más probable que lo intente y lo logre. Esta creencia en sí mismo es clave, sobre todo en situaciones difíciles o emocionalmente complejas. Así, el aprendizaje social no solo se trata de mirar e imitar, sino también de sentirse capaz de hacerlo bien.

Importancia de las habilidades sociales en la escuela

Las habilidades sociales comprenden un conjunto de capacidades que permiten a las personas relacionarse de forma positiva, respetuosa y eficaz en distintos entornos. En el contexto educativo, estas competencias son fundamentales para alcanzar una formación integral que no solo se centre en lo académico, sino también en el desarrollo humano. Los estudiantes que logran fortalecer sus habilidades sociales tienden a establecer vínculos saludables, participar activamente en su entorno y desenvolverse con éxito tanto en el ámbito escolar como en su vida futura.

Por ello, es clave que los docentes promuevan el desarrollo de estas habilidades dentro del aula. Al hacerlo, se potencia la capacidad de los estudiantes para colaborar, comunicarse con claridad y respeto, y enfrentar los conflictos de manera constructiva. Además, se estimulan competencias como el liderazgo, que son esenciales para la vida cotidiana y profesional. Entre las habilidades sociales más relevantes destaca la escucha activa y la comunicación efectiva. Estas pueden cultivarse mediante dinámicas como debates,

conversaciones grupales y el uso de herramientas digitales que faciliten el intercambio entre estudiantes y docentes. Estas prácticas no solo enriquecen el aprendizaje, sino que también fortalecen el sentido de comunidad en el aula. Otra competencia clave es el trabajo colaborativo. Aprender a compartir responsabilidades, construir acuerdos y avanzar hacia metas comunes es vital para cualquier entorno social. Los educadores pueden fomentar esta habilidad a través de proyectos grupales y actividades que requieran resolver problemas en conjunto, promoviendo así el diálogo, la toma de decisiones compartida y el respeto por la diversidad de ideas. Finalmente, la resolución de conflictos es una habilidad que merece especial atención. En el día a día escolar, es natural que surjan desacuerdos o tensiones, ya sea entre estudiantes o con los propios docentes. Enseñar a los alumnos a abordar estas situaciones con madurez, buscando soluciones pacíficas y justas, es parte del proceso formativo. Para ello, se pueden utilizar ejercicios prácticos, análisis de casos reales o simulaciones que les permitan reflexionar y ensayar respuestas adecuadas ante distintos escenarios. (FIDE, 2024)

La ausencia de habilidades sociales esenciales —como la comunicación clara, la empatía y la capacidad de trabajar en equipo— puede limitar seriamente la forma en que una persona se relaciona con los demás y se adapta a distintos entornos sociales. Cuando estas competencias no se han desarrollado adecuadamente, se vuelve difícil iniciar y sostener conversaciones significativas, expresar emociones de manera equilibrada, tomar decisiones constructivas ante conflictos y establecer límites personales saludables. Esta carencia suele estar vinculada a efectos emocionales y psicológicos adversos, como el estrés, la tristeza persistente, la inseguridad frente al juicio de otros, y una disminución general en el bienestar y la salud mental. En contextos grupales, la falta de habilidades sociales puede obstaculizar profundamente la colaboración. Surgen tensiones que se manifiestan en desconfianza,

ansiedad, frustración y reacciones impulsivas entre los participantes. Cuando no hay una disposición genuina para cooperar, los objetivos compartidos se ven comprometidos, principalmente por dificultades en la comunicación, la falta de confianza mutua y la ausencia de herramientas que faciliten la convivencia respetuosa. Por esta razón, fomentar y fortalecer las habilidades sociales en los espacios educativos resulta fundamental. Estas competencias no solo enriquecen las relaciones interpersonales, sino que también son clave para construir ambientes de respeto, confianza y armonía. Promoverlas permite consolidar equipos de trabajo efectivos, facilitar la resolución de conflictos y avanzar hacia metas comunes en un entorno emocionalmente saludable y propicio para el aprendizaje. (Moyolema, Freire, Mayorga, & Cosquillo, 2024)

2.3. Bases Filosóficas

La perspectiva pragmatista, sobre todo en los escritos de John Dewey, sugiere que el saber y las acciones obtienen significado cuando producen efectos tangibles en la vida diaria y contribuyen a la solución de problemas auténticos. En la educación, Dewey promovía un aprendizaje activo y experiencial, donde el alumno construye conocimientos a partir de su experiencia directa, en vez de solo memorizar contenidos sin aplicación práctica. Esta perspectiva es especialmente valiosa para entender el crecimiento de las habilidades sociales, consideradas como recursos fundamentales para relacionarse con los demás en contextos reales y relevantes.

Las habilidades sociales no se aprenden de manera separada, sino que se desarrollan cuando los escolares participan en entornos genuinos donde pueden compartir sus emociones, conectar con otros y enfrentar desacuerdos. Este tipo de involucramiento activo no solo refuerza sus habilidades interpersonales, sino que también contribuye a disminuir la ansiedad

social. Para Dewey, la educación requiere una intervención en lo social: relacionar lo que sucede en el aula con la realidad de los estudiantes, promoviendo su participación activa y su crecimiento como individuos críticos y comprometidos con su contexto.

El pragmatismo como enfoque filosófico —destacando la experiencia, la solución de problemas y el intercambio reflexivo— proporciona una base teórica robusta para esta investigación. Facilita la conexión directa entre la enseñanza de habilidades sociales y la gestión de la ansiedad en situaciones educativas específicas. Al poner en práctica estrategias como proyectos en colaboración, actividades grupales y oportunidades de diálogo, se promueve un aprendizaje profundo y relevante, donde los estudiantes no solo obtienen recursos para mejorar sus relaciones, sino que también aprenden a manejar sus emociones, reforzando su bienestar integral y ayudando a crear un entorno escolar más saludable.

2.4. Definición de términos básicos.

Ansiedad: Estado emocional caracterizado por sentimientos de tensión, preocupación y cambios fisiológicos que afectan el desempeño académico y social.

Ansiedad fisiológica: Manifestaciones somáticas de la ansiedad como palpitaciones, sudoración, cefalea o tensión muscular derivadas de la activación del sistema nervioso autónomo.

Ansiedad cognitiva: Dimensión de la ansiedad vinculada a pensamientos negativos, preocupaciones anticipatorias y dificultades de concentración que interfieren en el aprendizaje.

Preocupaciones sociales: Pensamientos anticipatorios sobre el juicio o rechazo de los demás, que generan temor y limitan la participación escolar.

Habilidades sociales: Conjunto de conductas aprendidas que permiten la interacción adecuada con los demás, facilitando la comunicación y la convivencia. (Caballo, 2019).

Asertividad: Capacidad de expresar pensamientos, emociones y necesidades de forma clara y respetuosa, sin caer en la pasividad o la agresión.

Comunicación: Proceso esencial de las habilidades sociales que permite expresar ideas y comprender a los demás a través del lenguaje verbal y no verbal. (Flores, 2016)

Autoestima: Valoración positiva o negativa que una persona tiene de sí misma y que influye directamente en sus relaciones interpersonales. (Rogers, 1961)

2.5. Hipótesis

2.5.1. Hipótesis general

La ansiedad se relaciona de manera inversa significativa con las habilidades sociales en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025.

2.5.2. Hipótesis específica

La ansiedad se relaciona de manera inversa significativa con la asertividad en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025.

La ansiedad se relaciona de manera inversa significativa con la comunicación en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025.

La ansiedad se relaciona de manera inversa significativa con la autoestima en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025.

2.6. Operacionalización de las variables

Tabla 1

Variable

Dimensiones	Indicadores	Escala	Instrumento
Ansiedad cognitiva	• Preocupación excesiva y anticipatoria • Inseguridad y sensibilidad social • Manifestaciones emocionales y fisiológicas de ansiedad	1 = 2 = 3 =	Cuestionario
Ansiedad fisiológica	• Síntomas fisiológicos de ansiedad • Alteraciones del sueño y reacciones somáticas nocturnas • Reacciones emocionales y conductuales		
Preocupaciones sociales/ concentración	• Inseguridad personal y autoevaluación negativa • Autoimagen positiva y comportamiento prosocial • Control emocional y regulación de la conducta		

Tabla 2*Variable*

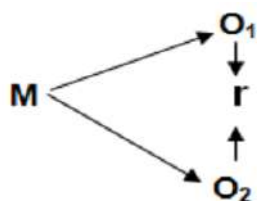
Dimensiones	Indicadores	Escala	Instrumento
Asertividad	• Expresa sus opiniones y sentimientos sin temor y respetando a los demás. • Defiende sus derechos en situaciones escolares (juegos, trabajos en grupo) sin agresividad. • Aprende a decir “no” cuando algo le incomoda, manteniendo el respeto hacia sus compañeros.	1 = 2 = 3 =	Cuestionario
Comunicación	• Escucha con atención a sus compañeros y profesores durante las actividades. • Utiliza un lenguaje claro y adecuado para expresar ideas en clase. • Mantiene contacto visual y responde de forma coherente en una conversación		
Autoestima	• Reconoce sus logros académicos y personales con seguridad. • Se muestra motivado y participa en actividades escolares sin temor al fracaso. • Acepta críticas y sugerencias de manera constructiva para mejorar.		

CAPITULO III. METODOLOGÍA

3.1. Diseño metodológico

Este estudio se apoya en una metodología de enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental de tipo correlacional. Esto significa que se busca comprender cómo se relacionan los niveles de ansiedad con el desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes, sin intervenir directamente en las variables ni modificar el entorno. En lugar de manipular condiciones, se observa lo que ocurre en el contexto natural de los participantes, permitiendo identificar patrones y vínculos entre ambos fenómenos tal como se manifiestan en la realidad escolar.

Diseño:



M = Estudiantes

O1 = Ansiedad

O2 = Habilidades sociales

r = Relación de 2 variables

3.2 Población y Muestra

3.2.1. Población

Determinado a partir de la participación de escolares de nivel primario que se encuentran formalmente matriculados en la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura durante el

año escolar 2025, conforme al registro oficial vigente y en el marco de las disposiciones establecidas por el sistema educativo nacional para dicho periodo académico.

3.2.2. Muestra

Está conformada por un total de 18 estudiantes del nivel primario, pertenecientes a la Institución Educativa N.º 20334, ubicada en el distrito de Huaura. Estos escolares participaron activamente en el estudio, representando una unidad significativa dentro del contexto educativo local analizado.

3.3. Técnicas de recolección de datos.

En esta investigación se utilizó la técnica de la encuesta como medio para recoger información significativa sobre dos aspectos clave del estudio: la ansiedad y las habilidades sociales en estudiantes de primaria. Para ello, se aplicó un cuestionario estructurado, diseñado cuidadosamente con el propósito de evaluar ambas variables de manera clara y específica.

Este instrumento permitió acceder a datos confiables y pertinentes, lo que facilitó no solo la medición de los niveles y características de cada variable, sino también la exploración de posibles vínculos entre ellas dentro del entorno educativo seleccionado. Gracias a esta herramienta, fue posible obtener una mirada más profunda sobre cómo se manifiestan la ansiedad y las habilidades sociales en el día a día escolar, aportando insumos valiosos para futuras intervenciones y reflexiones pedagógicas.

3.4. Técnicas para el procesamiento de la información.

El procesamiento de los datos se realizó utilizando el programa estadístico SPSS, aplicando técnicas de estadística descriptiva. Este análisis permitió organizar, resumir y

presentar la información obtenida de manera clara y comprensible, identificando tendencias, distribuciones y frecuencias que facilitaron la interpretación de los resultados en relación con la ansiedad y las habilidades sociales.

CAPITULO IV. RESULTADOS

4.1. Análisis de resultados

4.1.1 Variable: Ansiedad

Tabla 3
Categorización de la variable Ansiedad

Dimensión	Items	Intervalos	Categorías
Asertividad	4	4 – 6	Bajo
		7 – 9	Regular
		10 – 12	Alto
Comunicación	4	4 – 6	Bajo
		7 – 9	Regular
		10 – 12	Alto
Autoestima	4	4 – 6	Bajo
		7 – 9	Regular
		10 – 12	Alto
Ansiedad	12	12 – 19	Bajo
		20 – 27	Regular
		28 – 36	Alto

Tabla 4
Niveles de Ansiedad

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	16	88.89%
Regular	2	11.11%
Alto	0	0%
Total	18	100.0%

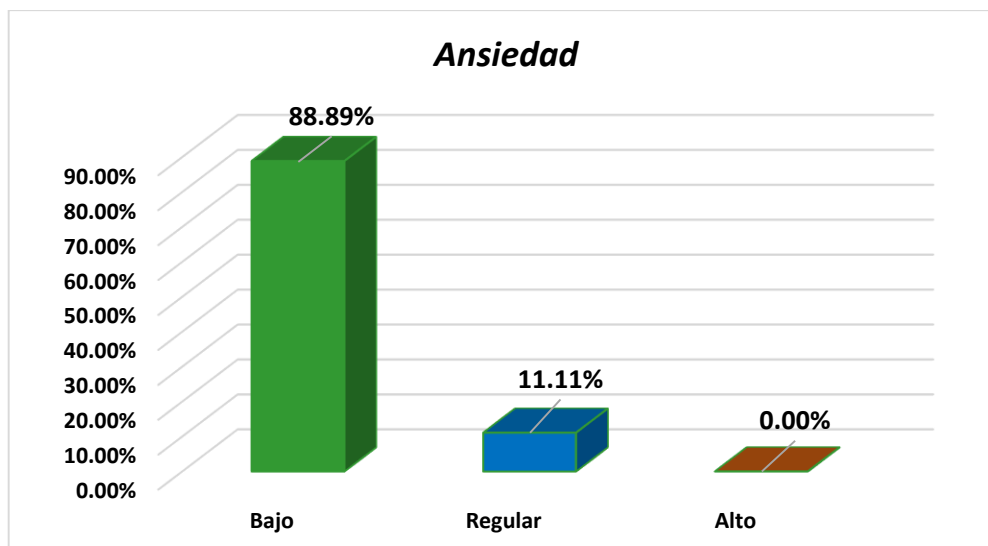


Figura 1 Distribución porcentual de Ansiedad

Los resultados de la variable Ansiedad en los escolares de primaria de la I.E. N.º 20334 del distrito de Huaura evidencia una situación mayormente favorable en el bienestar emocional de los escolares. El 88.89% de los estudiantes se ubica en el nivel bajo de ansiedad, lo que indica que la gran mayoría presenta estabilidad emocional, adecuada adaptación al entorno escolar y un manejo apropiado de situaciones académicas y sociales. Asimismo, un 11.11% se encuentra en el nivel regular, lo que sugiere la presencia de manifestaciones ocasionales de ansiedad que requieren seguimiento preventivo. Finalmente, no se registran estudiantes en el nivel alto (0.00%).

4.1.2 De la variable: Habilidades sociales

Tabla 5
Categorización de la variable Habilidades sociales

Dimensión	Cantidad de ítems	Intervalos	Categorías
Asertividad	6	6 – 10	Bajo
		11 – 14	Regular
		15 – 18	Alto

Comunicación	6	6 – 10 11 – 14 15 – 18	Bajo Regular Alto
Autoestima	6	6 – 10 11 – 14 15 – 18	Bajo Regular Alto
Habilidades sociales	18	18 – 30 30 – 42 42 – 54	Bajo Regular Alto

Tabla 6
Niveles de Habilidades sociales

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	5.56%
Regular	4	22.22%
Alto	13	72.22%
Total	18	100.0%

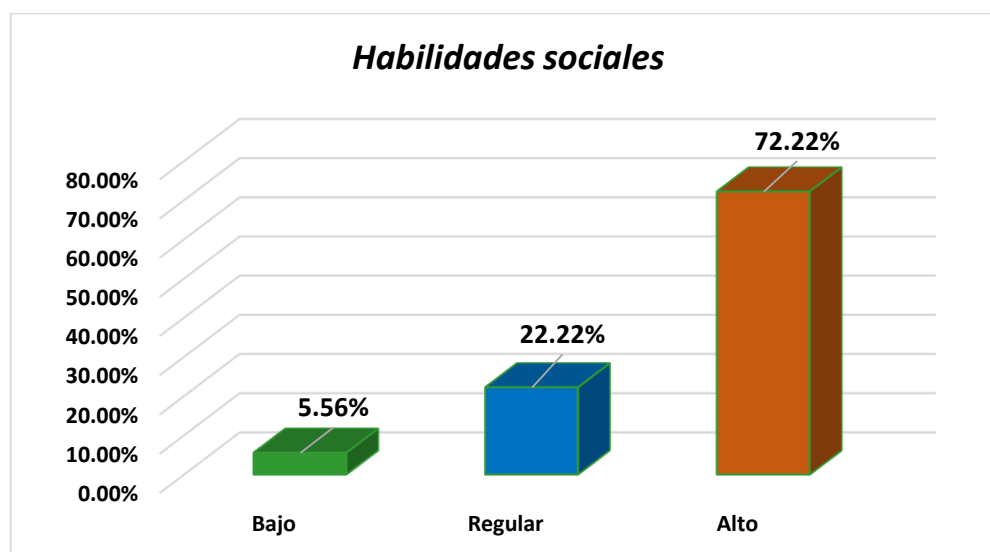


Figura 2 Distribución porcentual de habilidades sociales

La interpretación de los resultados de la variable Habilidades sociales en los escolares de primaria de la I.E. N.º 20334 del distrito de Huaura evidencia un desarrollo social mayoritariamente favorable. El 72.22% de los estudiantes se ubica en el nivel alto, lo que indica que la mayoría demuestra capacidades adecuadas para interactuar, comunicarse,

cooperar y relacionarse de manera positiva con sus compañeros y docentes. Asimismo, un 22.22% se encuentra en el nivel regular, lo que sugiere que presentan habilidades sociales aceptables, aunque con aspectos por fortalecer, como la comunicación asertiva o el trabajo en equipo. Finalmente, un 5.56% se sitúa en el nivel bajo, reflejando dificultades en la interacción social y en la adaptación al entorno escolar.

Tabla 7
Niveles de Habilidades sociales según dimensiones

	Asertividad		Comunicación		Autoestima	
Niveles	f	%	f	%	f	%
Bajo	1	5.56%	1	5.56%	1	5.56%
Regular	4	22.22%	5	27.77%	3	16.66%
Alto	13	72.22%	12	66.67%	14	77.78%
Total	18	100%	18	100%	18	100%

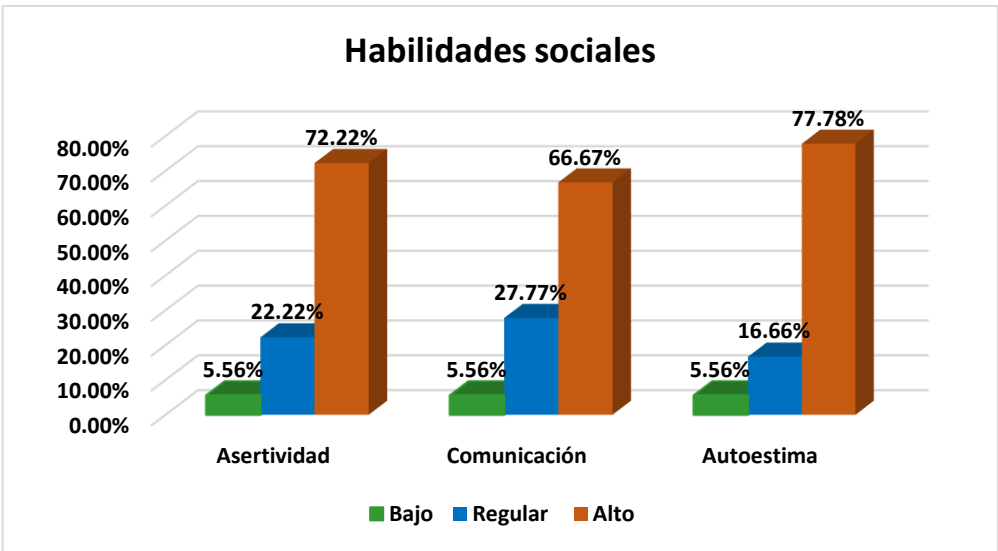


Figura 3 Distribución porcentual de Habilidades sociales

La interpretación de los resultados de las dimensiones de Habilidades sociales en los escolares de primaria de la I.E. N.º 20334 del distrito de Huaura evidencia un desarrollo favorable en asertividad, comunicación y autoestima. En la dimensión Asertividad, el 72.22% de los estudiantes se ubica en el nivel alto, lo que indica que expresan sus ideas y emociones de manera adecuada y respetuosa; un 22.22% se encuentra en el nivel regular y solo un 5.56% en el nivel bajo. En la dimensión Comunicación, el 66.67% alcanza el nivel alto, reflejando una buena capacidad para interactuar y transmitir mensajes con claridad, aunque un 27.77% presenta un nivel regular y un 5.56% bajo. Finalmente, en la dimensión Autoestima, el 77.78% se sitúa en el nivel alto, evidenciando una valoración positiva de sí mismos, mientras que un 16.66% se ubica en el nivel regular y un 5.56% en el nivel bajo.

4.2.2 Contrastación de la hipótesis general

Ha: La ansiedad se relaciona con las habilidades sociales en escolares de primaria de la I.E. N.º 20334 del distrito de Huaura. año 2025.

Tabla 8
Correlación entre ansiedad y las habilidades sociales

		Ansiedad		Habilidades sociales
Correlación de Pearson	Ansiedad	Coefficiente de correlación	1.000	-.428*
		Sig. (bilateral)	.	.023
		N	18	18
	Habilidades sociales	Coefficiente de correlación	-.428*	1.000
		Sig. (bilateral)	.023	.
		N	18	18

Se observa la correlación lineal inversa (p-valor <0.05) entre la ansiedad y las habilidades sociales en escolares de la I.E. N.º 20334 del distrito de Huaura. Encontrándose un

coeficiente de correlación $\rho = -0.428$ el cual indica que el grado de correlación inversa es moderada, a menor ansiedad existe mayor habilidades sociales.

Hipótesis específica 1

Ha: La ansiedad se relaciona con la asertividad en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025.

Tabla 9
Correlación entre ansiedad y la asertividad

			Ansiedad	Asertividad
Correlación de Pearson	Ansiedad	Coeficiente de correlación	1.000	-.490**
		Sig. (bilateral)	.	.001
		N	18	18
	Asertividad	Coeficiente de correlación	-.490**	1.000
		Sig. (bilateral)	.001	.
		N	18	18

Se observa la correlación lineal inversa (p-valor <0.05) entre la ansiedad y la asertividad en escolares de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. Encontrándose un coeficiente de correlación $\rho = -0.490$ el cual indica que el grado de correlación inversa es moderada, a menor ansiedad existe mayor asertividad.

Hipótesis específica 2

Ha: La ansiedad se relaciona con la comunicación en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025.

Tabla 10
Correlación entre ansiedad y la comunicación

			Ansiedad	Comunicación
Correlación de Pearson	Ansiedad	Coefficiente de correlación	1.000	-.440**
		Sig. (bilateral)	.	.001
		N	18	18
	Comunicación	Coefficiente de correlación	-.440**	1.000
		Sig. (bilateral)	.001	.
		N	18	18

Se observa la correlación lineal inversa (p -valor <0.05) entre la ansiedad y la comunicación en escolares de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. Encontrándose un coeficiente de correlación $\rho = -0.440$ el cual indica que el grado de correlación inversa es moderada, a menor ansiedad existe mayor comunicación.

Hipótesis específica 3

Ha: La ansiedad se relaciona con la autoestima en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025.

Tabla 11
Correlación entre ansiedad y la autoestima

			Ansiedad	Autoestima
Correlación de Pearson	Ansiedad	Coefficiente de correlación	1.000	-.480**
		Sig. (bilateral)	.	.001
		N	18	18
	Autoestima	Coefficiente de correlación	-.480**	1.000
		Sig. (bilateral)	.001	.
		N	18	18

Se observa la correlación lineal inversa (p-valor <0.05) entre la ansiedad y la autoestima en escolares de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. Encontrándose un coeficiente de correlación $\rho = -0.480$ el cual indica que el grado de correlación inversa es moderada, a menor ansiedad existe mayor autoestima.

CAPITULO V. DISCUSIÓN

El informe de objetivo: Determinar la relación entre la ansiedad y las habilidades sociales en estudiantes de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. Año 2025, el cual concluyó que existe correlación lineal inversa (p -valor <0.05) entre la ansiedad y las habilidades sociales en escolares de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. Encontrándose un coeficiente de correlación $\rho = -0.428$ el cual indica que el grado de correlación inversa es moderada, a menor ansiedad existe mayores habilidades sociales.

Estos resultados guardan coherencia con el estudio de Quevedo, Alulima y Tapia (2023), quienes sostienen que la ansiedad afecta negativamente el bienestar emocional, la autoestima y la motivación de los estudiantes, generando dificultades en la atención, la interacción social y el aprendizaje. Aunque su investigación tuvo un enfoque cualitativo y se centró en el rendimiento académico, sus conclusiones respaldan el presente estudio al evidenciar que la ansiedad limita el desarrollo integral del estudiante, lo cual incluye necesariamente sus habilidades sociales. En este sentido, ambos estudios coinciden en la importancia de crear entornos educativos emocionalmente seguros y de fortalecer estrategias de afrontamiento para reducir la ansiedad escolar.

Asimismo, los hallazgos del presente estudio se relacionan parcialmente con lo reportado por Meneses, Yañez, Zeballos y Carranza (2024), quienes identificaron una relación no lineal entre ansiedad y rendimiento académico, señalando que niveles moderados de ansiedad pueden favorecer el desempeño, mientras que niveles elevados lo perjudican. Aunque este estudio se enfocó en adolescentes de 15 años y en variables académicas, sus conclusiones permiten inferir que cuando la ansiedad supera niveles funcionales, impacta negativamente no solo en el rendimiento, sino también en aspectos socioemocionales como

la interacción social, lo cual es consistente con la relación inversa encontrada entre ansiedad y habilidades sociales en la población primaria de Huaura.

Por otro lado, al comparar con el estudio de León (2019), se observa una diferencia relevante, ya que dicho autor encontró una relación positiva pero débil entre ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de primaria, sugiriendo que ciertos niveles de ansiedad podrían canalizarse hacia el esfuerzo académico. Sin embargo, esta interpretación no contradice el presente estudio, dado que la variable dependiente es distinta: mientras León analizó el rendimiento académico, el presente estudio se centró en las habilidades sociales. En este sentido, aunque la ansiedad pueda estimular el esfuerzo académico en algunos casos, sigue afectando negativamente la interacción social, la autoestima y la comunicación, lo cual explica la correlación inversa hallada.

Los resultados se asemejan con el de Fernández (2019), quien no detectó una correlación significativa entre ansiedad y atención; sin embargo, sí observó una relación negativa de muy baja intensidad entre ansiedad generalizada y atención. Este descubrimiento apoya en parte el presente estudio, ya que valida que la ansiedad tiende a correlacionarse de manera inversa con los procesos psicosociales y cognitivos, aunque su intensidad puede diferir según la variable examinada. Fernández también señala variaciones en los niveles de ansiedad en función de la edad y el grado, lo que subraya la relevancia de tratar la ansiedad desde un enfoque preventivo y contextualizado en el entorno escolar.

Concluyendo, los resultados se alinean con la literatura al demostrar que la ansiedad es un factor emocional que incide negativamente en la mejora de las habilidades sociales en escolares de primaria. La correlación inversa moderada encontrada evidencia la necesidad

de efectuar programas de educación socioemocional, estrategias de regulación emocional y acompañamiento psicológico en las instituciones educativas, con la finalidad de reducir la ansiedad y promover una convivencia escolar saludable para favorecer el desarrollo íntegro de los escolares.

CAPITULO VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones

Se observa la correlación lineal inversa (p-valor <0.05) entre la ansiedad y las habilidades sociales en estudiantes de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. Encontrándose un coeficiente de correlación $\rho = -0.428$ el cual indica que el grado de correlación inversa es moderada, a menor ansiedad existe mayores habilidades sociales.

Se observa la correlación lineal inversa (p-valor <0.05) entre la ansiedad y la asertividad en estudiantes de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. Encontrándose un coeficiente de correlación $\rho = -0.490$ el cual indica que el grado de correlación inversa es moderada, a menor ansiedad existe mayor asertividad.

Se observa la correlación lineal inversa (p-valor <0.05) entre la ansiedad y la comunicación en estudiantes de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. Encontrándose un coeficiente de correlación $\rho = -0.440$ el cual indica que el grado de correlación inversa es moderada, a menor ansiedad existe mayor comunicación.

Se observa la correlación lineal inversa (p-valor <0.05) entre la ansiedad y la autoestima en estudiantes de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. Encontrándose un coeficiente de correlación $\rho = -0.480$ el cual indica que el grado de correlación inversa es moderada, a menor ansiedad existe mayor autoestima.

6.2. Recomendaciones

- Crear un clima emocional seguro y de confianza en el aula: Los docentes deben promover un ambiente de respeto, empatía y apoyo, donde los estudiantes se sientan escuchados y valorados. Establecer normas de convivencia claras, validar las emociones de los niños y evitar prácticas punitivas contribuye a reducir la ansiedad y favorece la expresión libre de ideas y sentimientos, fortaleciendo así las habilidades sociales.
- Incorporar actividades socioemocionales y dinámicas grupales: Es recomendable incluir juegos cooperativos, dramatizaciones, trabajos en equipo y dinámicas de role-playing que permitan a los estudiantes practicar la comunicación, la asertividad y la resolución pacífica de conflictos. Estas actividades ayudan a disminuir la ansiedad social y desarrollan habilidades sociales de manera progresiva y significativa.
- Enseñar la autorregulación emocional: Los maestros deben de orientar a los escolares a usar técnicas de manejo de ansiedad, como la respiración profunda que es una técnica sencilla que relaja a los escolares, otra de las técnicas también es la identificación de las emociones y el pensamiento positivo en talleres que corresponde a las horas de tutoría. Estas estrategias permiten que los escolares aprendan a reconocer y controlar sus emociones permitiéndoles elevar su autoestima, su interacción social y adaptación al ambiente escolar donde interactúa con sus compañeros y docentes.

CAPITULO VII. REFERENCIAS

5.1. Fuentes bibliográficas

- Alberti, R., & Emmon, M. (2017). *Your Perfect Right: Assertiveness and Equality in Your Life and Relationships*. New Harbinger Publications.
- Amaya, W. (2024). *Estrés y ansiedad en estudiantes del nivel primaria de una institución educativa pública, piura, 2022*. Chimbote, Perú: Universidad Católica Los Angeles de Chimbote .
- Anchico, A., & Menjura, M. (2023). “Regulación emocional y habilidades sociales en estudiantes de quinto grado de una institución educativa del municipio de caloto (Cauca)”. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 51–67.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.
- Barlow, D. (2002). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic*. Guilford Press.
- Beck, J. (2013). *Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond*. Guilford Press.
- Bisquerra, R. (2016). *Psicopedagogía de las emociones*. Editorial Síntesis.
- Caballo, V. (1993). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid:: Siglo XXI Editores.
- Cárdenas, A., Genovezzy, P., Napa, L., & Arévalo, K. (2021). Habilidades sociales y comportamiento en niños en una Unidad de Educación Básica del cantón Buena Fe, provincia de Los Ríos, Ecuador. *Revista Ciencias Sociales y Económicas -UTEQ*, 71–83.
- Cecílio, D., Fernades, F., Sales, S., & Gakyia, S. (2014). Ansiedad y dificultades escolares. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1 - 15.
- De la Torre, S. (2024). *Descubre la teoría del aprendizaje social de Albert Bandura y su impacto en la formación*. Obtenido de <https://www.iseazy.com/es/blog/teoria-del-aprendizaje-social-de-bandura/?utm>
- El Comercio. (13 de Julio de 2024). *Salud mental: El 33,6% de menores presentó riesgo de tener problemas debido a la pandemia*. Obtenido de <https://elcomercio.pe/lima/unicef-peru-el-336-de-menores-presento-riesgo-de-tener-problemas-de-salud-mental-salud-mental-ecdata-unicef-noticia/?ref=ecr>
- El País. (19 de febrero de 2025). *¿Miedo a los números? Los efectos negativos de la ansiedad matemática en las aulas*. Obtenido de <https://elpais.com/expres/2025-02->

19/miedo-a-los-numeros-los-efectos-negativos-de-la-ansiedad-matematica-en-las-aulas.html?

- Fernández, E. (2019). *“Ansiedad y atención en escolares de tercero a quinto grado de primaria en instituciones educativas de san juan de Miraflores”* . Lima, Perú: Universidad Autónoma del Perú.
- FIDE. (2024). *Habilidades sociales en el aula: la clave para una educación integral*. Obtenido de <https://www.fide.edu.pe/blog/detalle/habilidades-sociales-en-el-aula-la-clave-para-una-educacion-integral/>
- Flores, E. (2016). Las habilidades sociales y la comunicación interpersonal. *Revista de Investigación en Psicología*, 9-22.
- García, C., Torres, E., Olivares, Y., & Esquivel, D. (2024). Causas y consecuencias del estrés académico en universitarios. *Revista Científica De Salud Y Desarrollo Humano*, 527–544.
- Goldstein, A. (1981). *In Response to Aggression: Methods of Control and*. Elsevier Science & Technology Books.
- Gresham, F. (2000). Evaluación de las habilidades sociales en estudiantes con trastornos emocionales y del comportamiento. *Researchgate*, 51-58.
- Hops, H. (1983). Children's social competence and skill: Current research practices and future directions. *Behavior Therapy*, 3-18.
- Huerta, J., & Rodriguez, M. (2025). *Habilidades sociales y conductas agresivas en estudiantes de primaria de una institución educativa de Lima Norte, 2024*. Lima, Perú: Universidad Tecnológica del Perú.
- Infobae. (29 de Enero de 2024). *Los niños de América Latina suelen somatizar la ansiedad, ¿cómo afecta su rendimiento escolar?* Obtenido de <https://www.infobae.com/educacion/2024/01/29/los-ninos-de-america-latina-suelen-somatizar-la-ansiedad-como-afecta-su-rendimiento-escolar/#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20tan%20com%C3%BA%20es%20la,rrepresentan%20un%209.7%20por%20ciento.>
- Jadue, G. (2001). Algunos efectos de la ansiedad en el rendimiento escolar. *Estudios Pedagógicos*, 111–118.
- Kowalchuk, A. (2022). Anxiety Disorders Among Children and Adolescents. *American Family Physician*, 640-648.
- Lagos, N., Ossa, C., & Palma, M. (2022). Estudio longitudinal de la ansiedad escolar en niños chilenos de educación primaria. *Revista Costarricense de Psicología*, 9-21.

- León, N. (2019). *“Ansiedad y rendimiento académico en alumnos del nivel primario de una institución educativa de Chiclayo, 2019”*. Chiclayo, Perú: Universidad Señor de Sipan.
- Meneses, K., Yañez, A., Zeballos, D., & Carranza, C. (2024). “La relación entre ansiedad y rendimiento académico en los estudiantes ecuatorianos de 15 años”. *Pensamiento educativo*, 1 - 14.
- MINEDU. (2023). *ENLA*. Lima, Perú: Ministerio de Educación del Perú.
- Moyolema, P., Freire, A., Mayorga, D., & Cosquillo, J. (2024). Habilidades sociales como clave en el éxito académico. *Digital Publisher CEIT*, 148 - 162.
- Perpiñà, G., Sidera, F., & Serrat, E. (2021). “Rendimiento académico en educación primaria: relaciones con la Inteligencia Emocional y las Habilidades Sociales”. *Revista de Educación*, 291-319.
- Prieto, L., & Sánchez, I. (2023). *Ansiedad en niños de primaria de la institución Educativa Villas de San Ignacio de Bucaramanga*. Colombia: Universidad Cooperativa de Colombia.
- Quevedo, Y., Alulima, V., & Tapia, S. (2023). La ansiedad en el proceso educativo de los estudiantes: un desafío para el. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 2922 - 2935.
- Rabner, J., Mian, D., Langer, D., Comer, J., & Pincus, D. (2017). La relación entre la preocupación y las dimensiones de los síntomas de ansiedad en niños y adolescentes. *Psicoterapia conductual y cognitiva*, 124 - 138.
- Rogers, C. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Salcedo, R., & Quispe, Z. (2023). *Habilidades sociales y clima escolar en estudiantes de educación primaria de la institución educativa Barrio de Dios - Cusco - 2022*. Cusco, Perú: Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco.
- Sierra, J., Zubeidat, I., & Fernández, A. (2006). Factores asociados a la ansiedad y fobia social. *Revista Mal Estar e Subjetividade*, 472 - 517.
- Songco, A., Hudson, J., & Fox, E. (2020). Un modelo cognitivo de la preocupación patológica en niños y adolescentes: una revisión sistemática. *Clin Child Fam Psychol Rev*, 229-249.
- Spielberger, C. (2010). *State-Trait Anxiety Inventory (STAI): Bibliography*. Consulting Psychologists Press.
- Vygotsky, L. (1978). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Barcelona, España: Editorial Crítica, Grupo editorial Grijalbo.

ANEXO

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES INDICADORES	METODOLOGÍA
Problema general ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y las habilidades sociales en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025?	Objetivo general Determinar la relación entre la ansiedad y las habilidades sociales en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. Año 2025	Hipótesis general La ansiedad se relaciona de manera inversa significativa con las habilidades sociales en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025.	Ansiedad	Ansiedad cognitiva Ansiedad fisiológica Preocupaciones sociales/concentración.	Enfoque. Cuantitativo
Problemas específicos ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y el asertividad en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025?	Objetivos específicos Identificar la relación entre la ansiedad y el asertividad en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. Año 2025.	Hipótesis específicas La ansiedad se relaciona de manera inversa significativa con la asertividad en escolares de primaria de la	Habilidades sociales	Asertividad Comunicación Autoestima	Diseño No experimental Diseño. Nivel Correlacional. Población Totalidad de estudiantes de todos los niveles. Muestra Estudiantes de primaria

¿Cuál es la relación entre la ansiedad y la comunicación en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025? ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y la autoestima en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025?	Conocer la relación entre la ansiedad y la comunicación en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. Año 2025. Establecer la relación entre la ansiedad y la autoestima en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. Año 2025. .	I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025. La ansiedad se relaciona de manera inversa significativa con la comunicación en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025. La ansiedad se relaciona de manera inversa significativa con la autoestima en escolares de primaria de la I.E. N° 20334 del distrito de Huaura. año 2025.			Técnica: Encuesta Instrumento: Cuestionario.
---	---	--	--	--	--

INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Escala de valoración:

- 1: Nunca
- 2: Regular
- 3: Malo

Nº	DIMENSIÓN	INDICADOR	B	R	M
I	Asertividad	Comparto mis ideas en clase aunque no sean iguales a las de mis compañeros			
		Cuando digo lo que siento, lo hago de manera respetuosa.			
		Si no estoy de acuerdo en un juego, explico mi punto de vista sin discutir			
		Cuando hago trabajos en grupo, defiendo mis ideas sin pelear ni ofender a los demás			
		Si algo no me gusta, sé decir 'no' de manera educada			
		Cuando un compañero me pide algo que no quiero hacer, sé negarme respetuosamente.			
II	Comunicación	Presto atención cuando mis compañeros hablan en clase			
		Escucho con cuidado las explicaciones de mi profesor			
		Explico mis ideas en clase con palabras claras y fáciles de entender.			
		Uso un lenguaje respetuoso cuando hablo con mis compañeros y profesores			
		Miro a los ojos a la persona con la que estoy conversando			
		Respondo de manera clara y coherente cuando me hacen una pregunta			
III	Autoestima	Me siento orgulloso de los trabajos y tareas que realizo en la escuela			
		Cuando logro algo, lo reconozco con confianza y seguridad			
		Participo con entusiasmo en las actividades de clase			
		Aunque una actividad sea difícil, intento hacerlo sin miedo a equivocarme			
		Recibo con calma las sugerencias que me dan mis profesores y compañeros			
		Acepto las críticas como una oportunidad para mejorar mis trabajos.			